



Thérapies complémentaires (acupuncture, hypnose, ostéopathie, tai-chi). Leur place parmi les ressources de soins Rapport de l'Académie Nationale de Médecine

Daniel Bontoux, Daniel Couturier, Charles-Joël Menkès

Synthèse par Fernand Vicari

Introduction

Devant les résultats insuffisants des traitements conventionnels, 4 Français sur 10 font appel à des pratiques non conventionnelles vantées par un flux croissant d'informations non contrôlées.

Parmi la multitude de termes employés : médecines douces, naturelles, alternatives, complémentaires, les auteurs optent pour thérapies complémentaires (Th C) ou soins de support en cancérologie.

Développées insidieusement, sans contrôle en pratique privée, ces Th C sont entrées pour certaines, dans les CHU et dans certaines facultés (DIU et DU).

Les évaluer devenait une nécessité, c'est l'objet de ce rapport, destiné à préciser leurs effets et leurs éventuels dangers, préciser leurs indications et établir de bonnes règles pour leur utilisation.

Parmi les 17 catégories de Th C de la liste MeSH et les 400 pratiques de Miviludes, 4 techniques ont été retenues : l'acupuncture, la médecine manuelle (ostéopathie et chiropraxie), l'hypnose et le Tai Chi : elles sont les plus riches en publications indexées et celles que privilégie l'APHP.

Les démarches initiées en 2006 (universités et autorités gouvernementales) visant à rechercher une convergence entre médecine occidentale et traditionnelle chinoise n'ont pas été retenues.

Méthodes

Acupuncture

Inscrite au patrimoine immatériel de l'UNESCO, elle connaît une diffusion mondiale mais ses fondements théoriques n'ont pas été reconnus pas plus que la réalité de son action ni la preuve de son utilité.

Dans l'état actuel des connaissances, l'acupuncture peut apporter un bénéfice dans les lombalgies et cervicalgies chroniques, la migraine ou céphalée de tension, l'arthrose des membres inférieurs, l'épicondylite, aux femmes enceintes éprouvant des douleurs des lombes ou du bassin et lors des douleurs de l'accouchement de même que pour prévenir les nausées et vomissements induits par la chimiothérapie anticancéreuse.

Son utilité dans la fibromyalgie est incertaine. Son effet dans d'autres indications n'est pas exclu mais non démontré.

Méthodes manuelles : ostéopathie, chiropraxie

Les conclusions retenues sont que les manipulations rachidiennes (MR) sont modérément efficaces sur la lombalgie aiguë, subaiguë ou chronique, sur la cervicalgie aiguë, subaiguë ou chronique, sur la céphalée d'origine cervicale, les états vertigineux d'origine cervicale et à un degré moindre sur la migraine.

Les complications possibles des MR sont rares mais graves.

Enfin, il est permis de penser que les résultats sont probablement manipulateur-dépendants.



Hypnose

Les publications sont nombreuses et les résultats souvent encourageants mais ils peuvent également diverger.

Les indications les plus intéressantes semblent être la douleur liée aux gestes invasifs chez l'enfant et l'adolescent et les effets secondaires des chimiothérapies anticancéreuses. Cependant, il est possible que de nouveaux essais viennent démontrer l'utilité de l'hypnose dans d'autres indications. Notons par exemple qu'un travail publié par l'American Journal of Gastroenterology [54] fait état d'un effet favorable de l'hypnose sur les anomalies biologiques et histologiques de la colite ulcéreuse en phase active (effet absent chez les patients contrôles).

Tai Chi et Qigong

Pour beaucoup de gériatres et professionnels s'occupant du vieillissement, le Tai Chi est considéré comme un excellent moyen de prévention des chutes, avec l'avantage de se pratiquer en groupe et d'influer de surcroît sur le versant cognitif des patients.

L'effet placebo

L'évaluation de ces pratiques est difficile et la conception d'un placebo satisfaisant pratiquement impossible.

L'empathie accompagnant ces pratiques, joue certainement un rôle essentiel. N'agit-elle pas par l'intermédiaire de ce seul effet placebo ?

Comme le font remarquer les auteurs du rapport, l'assimilation des Th C parmi les plus pratiquées, à un placebo, ne les disqualifie pas mais leur confère, au contraire, compte tenu des intermédiaires neurobiologiques aujourd'hui connus de cet effet placebo, les données scientifiques qui leur faisaient défaut jusqu'à présent et laisse entrevoir un moyen objectif d'apprécier leur action.

Réglementation, formation et conditions d'exercice

Le rapport fait état de ces 3 rubriques qu'il est impossible de résumer ici pour les 4 disciplines abordées.

L'explosion du nombre des ostéopathes par exemple, doit faire prendre conscience du sérieux du problème aux autorités de tutelle.

Annexes

Utiles à la compréhension du travail accompli :

- ▶ 12 personnalités auditionnées ;
- ▶ Liste des MeSH des thérapies complémentaires ;
- ▶ Les thèmes de recherche clinique à l'APHP.

Bibliographie

56 références ont été utilisées pour la rédaction de ce rapport.

[54] Mawdsley JE, Jenkins DG, Macey M.G. et al. The effect of hypnosis on systemic and rectal mucosal measures of inflammation in ulcerative colitis. *Am J Gastroenterol* 2008;103(6) :1460-69.



Commentaires

Le travail réalisé par les experts de l'ANM est énorme et c'est avec sagesse que le rapport s'est limité à 4 ThC.

La lecture de l'annexe « Liste des MeSH des Th C » montre l'étendue des domaines touchés par ces disciplines : il était impossible d'en aborder davantage.

Le « phénomène mondialisation » nous impose d'aborder ces Th C avec sérieux et détermination. L'information via internet permet le meilleur et hélas le pire également. Il faut savoir l'utiliser et comme cela a été le cas de ce rapport, diffuser ce qui a été validé aussi bien de manière positive que négative.

Le corps médical ne doit pas oublier que Pasteur, Roentgen, les Curie n'étaient pas des médecins.

Des colloques comme « Ecomédecine », « Quantique planète » des revues (*Focus on Alternative and Complementary Therapies – An evidence-based approach* par exemple) concernent ce sujet des ThC.

Nous avons besoin des pharmaciens et biochimistes déjà réunis au sein de l'Institut d'Ethnopharmacologie », des physiciens pour mieux comprendre à la suite des Russes, comment fonctionne la médecine quantique tant au niveau diagnostique que thérapeutique etc.

Les spécialistes des neurosciences, du microbiote, doivent être mis à contribution.

Enfin, n'oublions pas que tout cela a un coût. C'est dans cette optique que toute étude doit s'accompagner de son incidence médico-économique en essayant de tendre, coûte que coûte vers cette médecine 4 P si Prometteuse... tiens tiens, un cinquième !...